

GAD-7

Hversu oft á síðastliðnum 2 vikum hefur þér liðið illa vegna eftirfarandi?	Aldrei	Nokkra daga	Oftar en helming daganna	Næstum daglega
1. Verið spennt/-ur á taugum, kvíðin/-n eða hengd/-ur upp á þráð				
2. Ekki tekist að bægja frá þér áhyggjum eða hafa stjórn á þeim				
3. Haft of miklar áhyggjur af ýmsum hlutum				
4. Átt erfitt með að slaka á				
5. Verið svo eirðarlaus að þú áttir erfitt með að sitja kyrr				
6. Orðið gröm/gramur eða pirruð/pirraður af minnsta tilefni				
7. Verið hrædd/-ur eins og eitthvað hræðilegt gæti gerst				